

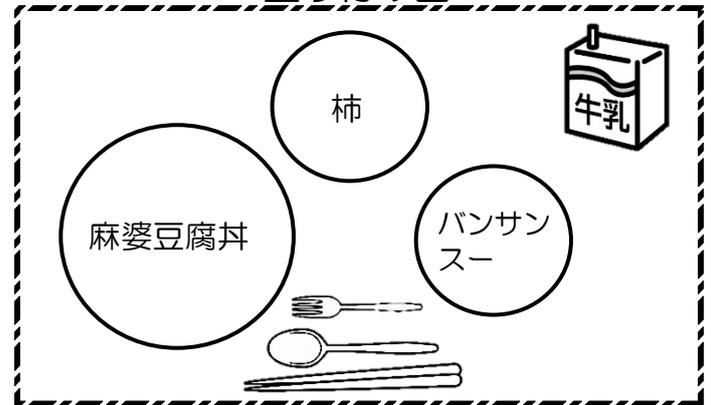
稲中ランチタイム通信

10月29日(火)

盛り付け図

今日の献立

麻婆豆腐丼
バンサンスー
果物(柿)
牛乳



『バンサンスー』について

バンサンスーは、中華風の和え物です。中国語で、バンは「和える」、サンは「数字の3」、スーは「糸のように細く干切りにする」という意味で、3種類の食材を干切りにした和え物のことを言います。給食ではきゅうり・もやし・にんじんの3種類の具に、春雨を加えて和え物にしています。酸味のある食べ物は、味覚や嗅覚を刺激し、唾液や胃酸の分泌を促してくれるため、食欲を増進させてくれます。

先生からの食育コメント

中国発祥の春雨は1000年もの歴史をもつ食材です。日本に鎌倉時代に伝わり、精進料理に使われていたそうです。中国由来の麺ということで「唐麺」とよばれていました。その後、白くて細い麺が春の静かな雨をイメージさせることから、「春雨」という日本固有の名前が付けられたそうです。